

## שם הקורס : אימון מנטאלי לפעילים בשוק ההון

### אודות הקורס :

הקורס יספק תובנות וכלים מנטליים להתמודדות והצלחה בשוק ההון דרך לימוד מעשית ופרקטית. עולם ההשקעות מזמן לעוסקים בו חוויות רבות. עניין, מתח, התרוממות רוח, אך גם אכזבות, התלבטויות, מחשבות ועיסוק רב בשאלות יסוד של האם אני בנוי לזה? האם זה באמת האזור שבו הייתי רוצה לתפקד? שאלות אלו מובנות וטבעיות כשאנו עוסקים בענף בו רמת אי הוודאות גבוהה, השינויים דחופים ומידת השליטה שלי כאדם נמוכה. אנו, במכללת פסגות, מאמינים כי עיסוק בשוק ההון ובעולם של השקעות אינו שלם ללא הקניית תובנות, כלים להתמודדות הרגשית הצפויה לאלו המתעדים לעבוד בתחום.

### מטרות הקורס :

- מכירים את דפוסי ההתנהגות האנושיים הנפוצים בשוק ההון – ומנצלים אותם לטובתנו
- נחשל את יכולת ההתמודדות המנטאלית היומיומית בשוק ההון.
- נלמד כיצד להתמודד עם כישלונות, הצלחות וביצועים – כדי להפיק לקחים להמשך.
- נקבל תובנות וכלים מנטליים למסחר רצינוני, מבלי לוותר על האינטואיציה החשובה כל – כך.

### דרישות קדם :

- אין

### משך הקורס :

- 3 מפגשים בני 3 שעות כל מפגש
- 9 שעות (60 דק') סה"כ
- שעות הקורס : 18:00 – 21:00

## נושאי הקורס:

### שיעור 1: מבוא והכנה למסחר

בשיעור מבוא נשוחח על חוסן מנטאלי, נבין עד כמה הוא חשוב להצלחה בעולם תחרותי. נדון בהיבטים פסיכולוגיים הקשורים למסחר בשוק ההון, נבין מה המשמעות של הרציונל ובעיקר עד כמה הרגשות משחקים תפקיד קריטי במסחר. נלמד על 4 גורמי ההישג ונכיר את המודל המנטאלי. בשיעור נלמד גם כיצד להתכונן למסחר, כיצד 'להנדס' תגובות ולמצות את מלוא הפוטנציאל מהזמן שאנו מקדישים למסחר בכל יום.

### שיעור 2: המשך הכנה למסחר וביצוע מרבי בזמן מסחר

נמשיך ללמוד כיצד להיערך למסחר, נקבע יעדים ומטרות נבנה תכנית משחק ונבין את משמעותה.

### שיעור 3: ביצוע מרבי בזמן מסחר ולמידה והסקת מסקנות לאחר ביצוע

נעמיק ביישום טכניקת הכנה למסחר, נלמד כיצד להתמודד עם ניצחונות והפסדים וכיצד לפתח ביטחון עצמי 'בריא'. ננתח מקרים ונסיק מסקנות ונציב מטרות להמשך.